

妇产科这些事,您也应该知道
40岁以上的女性,每次月经周期,怀孕的机会只有1%

想生二胎,大龄妈妈要先“知己”

最近,一则名为“一位妇产科大夫的自白”视频在网络上传,这是北京协和医院妇产科大夫张羽所做的演讲,因为在日常门诊的过程中,张羽深深地感受到这些妇产科知识如果患者也能够“知道”,很多女性患者的命运或许就能发生根本性的改变。

今年10月两孩政策将全面放开的消息出炉后,大龄父母如何生出健康的二胎宝宝,成为民间最热议的话题。而对于那些大龄妈妈来说,她们问得最多的往往是:我还能生吗?记者日前采访了宁波比较权威的几位妇产科专家,听她们说说自己的体会。

记者 鲍云洁
通讯员 马蝶翼 俞水白

劝人生孩子成了 妇产科医生的职业病

在视频里,张羽举了一个让人心痛的例子:“一个38岁的女性两个月不来月经了,希望我帮她看看是不是怀孕了。但是通过我的检查,我可以很明确地告诉她,她并不是怀孕了,而是绝经了。”

“你永远也不知道是孩子先来,还是绝经先来,这句话太对了!”宁波市第一医院妇科主任崔李宁在看完张羽的视频后,深有感触地对记者说。

因此,劝别人生孩子、早生孩子、多生孩子,成了很多妇产科医生的职业病。“你好不好生?在不在计划内?为什么不生?”这也是崔李宁平时询问最多的一句话。

对于那些想要二胎的妈妈,宫颈癌筛查显然是必不可少的。张羽在演讲中,也特意强调了宫颈癌的预防。

崔李宁告诉记者:“我们知道癌症为什么难以治愈?是因为在发现的时候,很多病人已经是晚期了,我们无所作为。而宫颈癌呢,却不是这样一种传统的肿瘤,宫颈癌是少数的、我们人类已经知道了为什么得癌的一种肿瘤。而且作为少数能够明确病因的癌症(99%的患者是因为HPV感染),宫颈癌是唯一可以预防的癌症。”

原因有四:首先,子宫膜癌和卵巢癌都长在人的肚子里,肉眼看不到,而宫颈癌却长在肉眼可以看见的地方,通过普通的妇科检查就能查出;其次,目前香港以及国外已经有HPV疫苗,在没有性接触之前注射就可以避免HPV感染,宁波也有不少人去注射了,内地虽然还没有这种疫苗,但已有医院在研发阶段;再者,即使不注射疫苗,也可以通过定期体检来发现和预防,定期体检项目包括HPV和TCT,但目前做TCT检查的女性相对多一些,而HPV检查因为费用贵一些(400元左右),做的人依然不多;最后,宫颈癌从感染到发病,需要5年~15年的时间,这个过程比一般癌症都漫长,这期间你有无数次机会可以发现它,并通过小小的手术,将之扼杀在“摇篮”之中。

有这么道防护网,HPV病毒却依然在女性当中肆虐:在第一医院妇产科的三四十张床位中,宫颈癌患者一般要占到五六个,而且它还有年轻化和逐年增多的趋势,这使崔李宁常常感到无比心痛。

医学 名词解释

HPV

即人乳头瘤病毒,是一种属于乳多空病毒科的乳头瘤空泡病毒A属,是球形DNA病毒,能引起人体皮肤黏膜的鳞状上皮增殖。表现为寻常疣、生殖器疣(尖锐湿疣)等症。随着性病中尖锐湿疣的发病率急速上升和宫颈癌、肛门癌等的增多,人乳头瘤病毒(HPV)感染越来越引起人们的关注。

TCT

新柏氏液基细胞学检测的简称。采用液基薄层细胞检测系统检测宫颈细胞并进行细胞学分类诊断,它是目前国际上较先进的一种宫颈癌细胞学检查技术,与传统的宫颈刮片巴氏涂片检查相比明显提高了标本的满意度及宫颈异常细胞检出率。TCT宫颈防癌细胞学检查对宫颈癌细胞的检出率为100%,同时还能发现部分癌前病变、微生物感染如霉菌、滴虫、病毒、衣原体等。所以TCT技术是应用于妇女宫颈癌筛查的一项先进的技术。

唐氏综合征

即21-三体综合征,又称先天愚型,是由染色体异常(多了一条21号染色体)而导致的疾病。60%患儿在胎内早期即流产,存活者有明显的智能落后、特殊面容、生长发育障碍和多发畸形。



漫画 章丽珍

妈妈问得最多的是“能不能生”

张羽的“只有医生知道”系列图书一直是排名前列的畅销书,即将出版的系列之三里,一个重要部分就是关于二胎生育的内容。

宁波市第一医院生殖中心主任舒静告诉记者:“最近一段时间,来我们门诊咨询二胎问题的大龄妈妈明显多了起来,以前大多数都是30多岁的,最近每次坐诊都能碰到五六个40岁以上的女性,她们问得最多的话就是——我还能不能生?”

43岁的空巢妈妈晓竹(化名)就是其中的一位。唯一的儿子去外地上大学了,原先整天围着儿子转的她突然空闲下来,感觉自己的心仿佛也跟着儿子去了远方。

而新近出炉的全面二胎政策,如同一缕阳光照进她寂寞的心,“单独二胎政策出台后,我和老公都知道会力不从心,所以并没有往心里去。”晓竹告诉记者,“可是儿子今年上大学去了,老公还有工作可忙,我整天一个人在家,心里空落落的,没事就翻出儿子小时候的照片看,生二胎的心思就这样冒出来了,我头胎怀孕和生产都十分顺利,现在虽然年纪大了点,但身体不错,所以二胎应该也没问题吧!”

事实是不是这样呢?舒静让她和老公一起做了全面的身体检查,发现晓竹的卵巢功能已经在退化,而她老公也存在精子碎片率高的问题,显然已经不适合再生二胎了。

女性38岁以后生育能力直线下降

张羽说:“30岁以后,生育能力会随着年龄的增长而逐年呈下降的趋势。40岁以上的女性,每次月经周期怀孕的机会只有1%。有一种新生儿的畸形叫唐氏儿,也叫先天愚型,25岁女性分娩唐氏儿的风险只有1/1300,但是如果女性到了35岁,这种概率可能会达到1/365,那对于一个45岁的女性,所有分娩的足月新生儿里,每30个就会有一个是唐氏儿,这个比例还是相当高的。”

“女性在38岁以后,妊娠能力是快速下降的,卵子的库存和质量都会随年龄增大而显著下降,到42岁以后只有5%的机会能带一个正常宝宝来到这个世界上,因此从优生优育的角度,我并不建议这个年纪的女性再生育,但如果实在想生,夫妻双方

都要先对身体做一个全面评估,孕前3个月把叶酸吃起来,并且在妊娠中积极配合产检,以防生出有先天缺陷的孩子。”舒静告诉记者。

张羽说,35岁以上的女性需要知道,自己的受孕机会明显低于年轻人群的事实,40岁以上女性每个月经周期的受孕机会只有1/100,如果积极尝试6个月仍未怀孕,更加积极的方法是咨询生殖医学专家,接受必要的医学辅助。

对此,宁波市妇儿医院生殖中心主任周黎明深表赞同,“大龄夫妻真的一点都拖不起,38岁以后生育能力下降的速度超乎你的想象,看到患者努力、失败、再失败,我们医生也非常焦急,所以我建议届时超过6个月未怀孕的,就直接做试管婴儿吧!”

很多妇科疾病都可以预防

张羽说,不管是写书,还是演讲,其实都是出于这样的原因——“很多女孩子生了病不容易才挂上我们的号,但是我们一看,她的病根本就是可以预防的,如果是她懂身体的结构,她懂得保护自己,她本来可以不用成为病人的,所以我就意识到,如果能把这些只有医生知道的东西写到书里,那么一定能够帮助更多人。”

平日里,妇科的工作非常繁忙,但崔李宁哪怕挤出一点空闲,也要到各大社区和下级医院去宣教妇科的相关知识。她认为,包括宫颈炎、盆腔炎、产后子宫脱垂和尿失禁、乃至老年性阴道炎、骨质疏松等“绝经后遗症”等等,这些高发的妇科疾病其实都是可以预防的。

“很多年轻女性喜欢吃雪蛤、蜂蜜、蜂胶,甚至胎盘等各种补品,认为这样可以补充雌激素,让青春永驻,其实这是一种误区,健康的中青年女性

一般不会缺少雌激素,而雌激素也不是越多越好,不能随便乱补,否则反而会增加你患妇科疾病的风险。”崔李宁说,相反的,围绝经期的中老年女性会缺乏雌激素,但她们又往往会忽视这一点,“我建议女性在发现自己经期开始紊乱、也就是围绝经期五年左右时间里,到医院来做个体激素水平检测,如果缺乏,就在医生指导下补充雌激素,这样可以大大减轻你的更年期症状,并减少老年性阴道炎等疾病的发病率。”

盆腔炎这种高发的妇科疾病,也是可以预防的,尤其是在性生活和经期,要格外注重个人卫生,“来门诊治疗盆腔炎的患者中,有很多都是在经期过后发病的,经血是细菌最好的培养基,所以我建议女性不要使用劣质卫生巾,4~8小时更换一次卫生巾,最好不要使用内置棉条,因为它会大大增加感染的几率。”崔李宁说。